

宮前区統計データ

(平成27年5月1日現在)
人口 22万5,143人
世帯数 9万6,397世帯



人が好き 緑が好き まちが好き

みやまえ



宮前区
シンボルマーク



区の木「さくら」
区の花「コスモス」

2015 (平成27)年 6月1日発行

【総合案内】 ☎856-3113

6

月号

かわさき市政だより宮前区版 ●発行: 宮前区役所 〒216-8570 宮前区宮前平2-20-5 ●編集: 宮前区役所企画課 (☎856-3133 FAX)856-3119)

6月は食育月間
毎月19日は食育の日



食べることは生きること

「食育」と聞くと難しいイメージを持つかもしれませんが、家族や友人と楽しく食事をする事、子どもと一緒に料理をしたりマナーを教えたりすること、旬の食材や行事食を食べることなど、食に関わること全てが「食育」です。「食べ物」は身体をつくり、「食べ方」は豊かな心を育みます。宮前区には、新鮮な農産物も豊富にあります。

さまざまな「食育」を行っています

区ではさまざまなライフステージの人を対象に「食育」を行っています。また、食に関わる地域の人たちの活動も支援しています。今後のイベントの開催予定や申し込み方法、食に関する活動を行っている「食生活改善推進員」への参加方法など、詳細はお問い合わせください。

- **プレママ・プレパッキング(毎月開催)**…妊娠中に必要な栄養をバランスよく取れる料理を作ります。また、離乳食へ向けて家族の食事を見直すきっかけづくりも行います
- **男性料理教室**…料理初心者向け。日頃の食生活を見直すきっかけにも
- **高校生への食育授業**…進学・就職前の大事な時期に、食の大切さを伝えています
- **ママ友ランチ会**…食に関わる団体が連携し、地元野菜を使ったランチ会を開催します

畑作業の手伝いや区内の農業を応援してくれる人も募集しています
園区役所地域保健福祉課 ☎856-3291、FAX 856-3237



男性料理教室の様子

気をつけたい「こ食」



孤独食

1人で食事をする事。食事の時間は、会話を楽しみ、マナーを身に付ける大切な時間です。みんなで食べると、たくさん食べられて、おいしく感じることはありませんか。



固食

同じ物ばかり食べる事。好きな物ばかり食べ続けると、栄養バランスが偏り、肥満や生活習慣病を引き起こす可能性があります。



個食

それぞれが別の物を食べる事。家族で食卓を囲んでいても、別の物を食べていると、連帯感や協調性を養うことができず、苦手な物にチャレンジする機会も失います。



小食

食事の量が少ない事。心や身体が発達する成長期はもちろん、高齢期にもしっかりと食べて低栄養を予防し、元気な毎日を送ることが大切です。



子食

子どもだけで食事をする事。子どもは好きな物ばかり食べてしまうので、偏食や好き嫌いが増える原因になります。

園区役所地域保健福祉課 ☎856-3291、FAX 856-3237

新鮮・安全・地元の“おいしい”

区内ではおいしい農産物がたくさん採れることを知っていますか。秋には大型農産物直売所「セレスモ宮前店」も宮崎にオープンします。また、区内に50カ所以上ある直売所などを紹介した「農産物直売所ガイド&マップ(写真)」を区役所などで配布しています。

園区役所地域振興課 ☎856-3125、FAX 856-3280

宮前区で採れる農産物



野菜(葉菜類)の1位 キャベツ



野菜(根菜・芋類)の1位 大根



野菜(果菜類)の1位 トマト



果物の1位 梨

農家巡り「ピクニック」ウォーキング

農産物直売所ガイド&マップを使って野川・有馬地区を約5時間かけて巡ります。

日程 7月11日(土)※荒天中止

集合 9時半に「子の神」バス停

定員 20組(個人も可)

持ち物 昼食、飲み物、雨具

6月15日から直接か電話で区役所地域振興課 ☎856-3125、FAX 856-3280。[先着順]

公園さんぽ 3

「公園さんぽ」のコーナーでは、公園・緑地を大切に愛着を持ってもらうため、地域の皆さんによる活動や取り組み、制度の紹介を行っています。公園・緑地を安全で快適に保つには、地域の皆さんの協力が不可欠です。身近にある公園・緑地を地域の皆さんで管理し、「地域の庭」にしませんか。詳細は市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

身近にある公園や緑地を地域の皆さんで“地域の庭”にしませんか

	公園緑地愛護会	管理運営協議会
組織団体	町内会・自治会、周辺住民、公園利用者グループなど	
活動内容	公園内の除草、清掃 破損・故障遊具などの連絡 不法投棄物の連絡 公園緑地内事故時の連絡	公園緑地愛護会(左)の活動内容 + 低中木の剪定(地表から2m程度) 砂場内のごみの除去 花壇の維持管理(任意届出制) 町内会が主催する行事などの利用調整 ※区が資機材の貸出、出前剪定講習会を実施します
報奨金	年額12,000円～30,000円	年額24,000円～90,000円
	※活動面積によって決まります	

園区役所道路公園センター ☎877-1661、FAX 877-9429

第258回 みやまえ ロビーコンサート

※テノールで聴くイタリアの歌※

日時 6月23日(火)12時5分～12時45分

場所 区役所2階ロビー

出演 上本訓久(テノール)、井向結(ピアノ)

曲目 カタリ・カタリ(カルディッロ)、太陽の土地(ダンニバーレ)他

園区役所地域

振興課

☎856-3134、

FAX 856-3280



上本訓久



井向結



夏休みの思い出をつくろう



友好都市でプチアドベンチャー！子ども自然交流事業

区の友好都市である長野県佐久市で、自然交流事業を実施します。合宿所(森の分教場)に泊まって自炊や寝袋での生活が体験できます。

日時 8月29日(土)～30日(日)、1泊2日。*参加者には事前説明会を開催
行き先 長野県佐久市大沢地区
対象・定員 区内在住の①小学1～6年生の子どもと保護者10組(保護者同伴)②保護者の承諾を得た小学5～6年生10人程度

費用 大人7,000円、子ども5,000円
 ① ②
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿



自然の大切さを楽しく学びながら友達づくりもできます。

市民プラザで子ども自由研究

▼粘土で作るカップケーキ

日時 7月22日(水)13時～14時半
対象・定員 4歳～小学6年生(2年生以下は保護者同伴)、25人
費用 2,700円

▼マジック教室

日時 7月23日(木)①10時～12時②13時半～15時半
対象・定員 小学3～6年生、各40人
費用 500円

▼アロマテラピー教室

日時 8月11日(火)①10時～11時半②13時～14時半
対象・定員 ①小学3～6年生20人②4歳～小学6年生の子どもと保護者20組40人
費用 ①1,600円②2,100円。*②は兄弟も参加する場合1人1,600円追加
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

子ども短期水泳教室

詳細はお問い合わせください。
日程 7月18日～8月25日の間で3日間、7時45分～8時45分
場所 市民プラザプール
対象・定員 ①小学生クラス7コース各60人(1コースのみ80人)②幼

児クラス(3歳～就学前)3コース各30人
費用 各コース5,000円
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

夏休み子どもあそびランド2015参加者募集

宮前市民館などで8月23日(日)に開催する「あそびランド」を一緒に盛り上げませんか。
あそびの達人…折り紙や簡単な手芸など、子どもたちに遊び方を伝授してくれる4団体(個人も可)

ホール出演団体…主に区内で活動する子ども(小学生程度)が主体の2団体(ダンス・太鼓・合唱など)
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

区のお知らせ掲示板

申し込み方法は市版5面参照

菅生分館

〒216-0015 宮前区菅生5-4-11
☎977-4781、FAX976-3450

▼「すがお'S学びのプラン」をつくろう!参加者募集

ワークショップ形式で菅生地区

の将来のために必要な“学び”を考えます。7月1日～15日、8月19日、9月2日～16日の水曜、10時～12時、全7回。他に夏休み中はグループ単位で活動。菅生分館学習室他で。20人。保育あり(1歳半～就学前の子ども10人、1,000円。要予約)。
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

宮前スポーツセンター

〒216-0011 宮前区犬蔵1-10-3
☎976-6350、FAX976-6358

▼合気道の技で護身術を学ぼう

7月18日(土)15時半～17時。同センターで。小学3年生～大人30人。動きやすい服装でタオル・飲み物持参。6月16日から直接か電話で。
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

宮前老人福祉センター(宮前いきいきセンター)

〒216-0033 宮前区宮崎2-12-29
☎877-9030、FAX877-9232

いずれも同センターで。全回参加できる60歳以上が対象。

▼ハワイアンキルト講座

7月22日～9月16日の隔週水曜、13時半～15時半、全5回。12人。1,000円。6月15日から申込者本人が受講料を持参し直接。
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

▼やさしいエアロビクス

7月13日、27日、8月17日、31日、9月14日、28日の月曜、13時半～

15時、全6回。20人。6月20日までに申込者本人が82円切手を持参し直接。
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

市民プラザ

〒213-0014 高津区新作1-19-1
☎888-3131、FAX888-3138

▼JAPAN DAY「親子 de 茶の湯体験」

茶室でお茶の世界を体験します。7月12日(日)①10時半～11時半②13時～14時③15時～16時。小学生以上の子どもと保護者各回15人(就学前の子ども同伴不可)。1人700円(お茶菓子付き)。6月15日9時から参加費を持参し直接、定員に満たない場合のみ11時から電話で。
 ③
 ④
 ⑤
 ⑥
 ⑦
 ⑧
 ⑨
 ⑩
 ⑪
 ⑫
 ⑬
 ⑭
 ⑮
 ⑯
 ⑰
 ⑱
 ⑲
 ⑳
 ㉑
 ㉒
 ㉓
 ㉔
 ㉕
 ㉖
 ㉗
 ㉘
 ㉙
 ㉚
 ㉛
 ㉜
 ㉝
 ㉞
 ㉟
 ㊱
 ㊲
 ㊳
 ㊴
 ㊵
 ㊶
 ㊷
 ㊸
 ㊹
 ㊺
 ㊻
 ㊼
 ㊽
 ㊾
 ㊿

環境局減量推進課

☎200-2605、FAX200-3923

▼生ごみリサイクル相談会

リサイクルに取り組んでいて「うまくいかない」「困っている」や「よくわからない」などの相談に乗ります。6月25日(木)9時半～12時。区役所2階ロビーで。

保健福祉センターの健診・検診案内

〒216-0033 宮前区役所地域保健福祉課 ☎856-3237
*電話予約は9時から受け付けます

	日程	時間(受付時間)	対象	内容・費用他	申込
健診39歳までの保健指導	検査日 7月13日(月)	(9時～9時半)	健診機会がなく、28年3月31日までに18～39歳になる30人	血液検査、尿検査、血圧、腹囲測定など。1,650円 *希望者には骨密度測定を行います	6月16日から電話で。 ☎856-3254 [先着順]
	結果説明日 7月27日(月)	(8時45分～9時)			
禁煙相談	7月3日(金)	13時半～(13時15分～13時半)	関心がある人、禁煙したい人4人	呼気CO検査、ニコチン依存度チェック、禁煙方法についての学習など	6月16日から電話で。 ☎856-3266 [先着順]
幼児食教室	7月7日(火)	10時～11時(9時45分～10時)	1歳～1歳6カ月の子どもと保護者30組	幼児期の食生活についての講義。おやつを試食あり	6月19日から電話で。 ☎856-3291 [先着順]
歯1歳児健診	7月14日(火)	(①9時15分～9時半) (②10時～10時15分)	1歳3カ月未満の乳幼児各回15人	歯科健診・歯科相談	6月18日から電話で。 ☎856-3264 [先着順]

鷲ヶ峰けやき公園多目的広場 団体専用使用について

団体登録・☎区役所地域振興課 ☎856-3177、FAX856-3280

鷲ヶ峰けやき公園多目的広場(菅生ヶ丘33-1)は運動ができる広場です。団体登録をすると専用使用もできます。詳細はお問い合わせください。

◆**使用区分**…平日の9時～12時、土・日・祝日の①9時～12時②13時～16時*①②いずれも月3回は団体専用使用不可。原則、1団体につき、1カ月平日2区分、土・日・祝日2区分まで

◆**団体登録要件**…①～③を全て満たす団体。①市内在住・在学・在勤の10人以上で構成され、スポーツと健康増進を目的とする非営利団体②代表者は20歳以上。構成員が未成年者を含む場合は責任を負う法定代理人を併記③多目的広場運営部会の活動への参加

◆**使用できる内容**…防球ネットやグラウンドの損傷がなく、危険を伴わない種目。例:キャッチボール、フットサル、グラウンドゴルフ、健康体操など。ペットは入場禁止



みんなで盛り上がりよう